



“みんなちがってみんないい”

包含社会を創る

NPO法人ReMind
代表理事 河合麻美

私が病院で感じていた

モヤモヤ7

医療と地域の見えない壁

モヤモヤ
1



救急車で運ばれて初めて気付く…
心身の不調
病院にいと地域が見えない

医療・行政の縦割り社会



モヤモヤ
2

医療



整形外科



内科



脳外科



精神科

横のつながりが少ない

健常者

障がい者

障害者と健常者の
分離された管理・教育

行政



子育て



高齢者

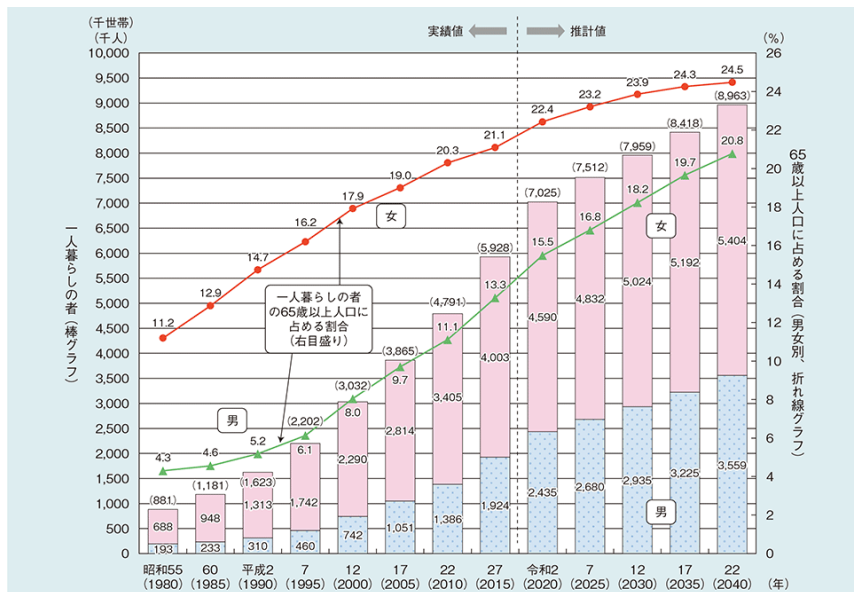


障害者

IT技術は発展し便利になっているが 社会との繋がりが少ない…

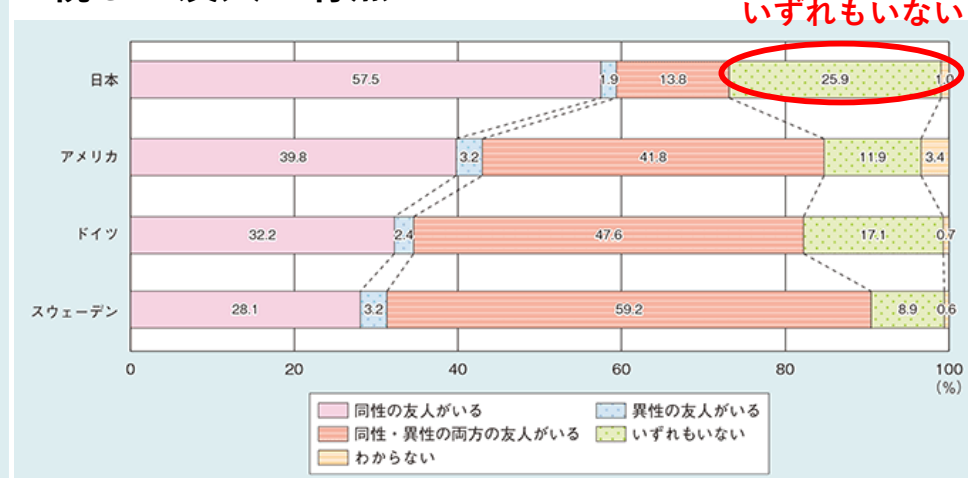


65歳以上の一人暮らし高齢者の動向



引用：令和2年版 内閣府「高齢社会白書」

親しい友人の有無



引用：内閣府「高齢者の生活と意識に関する国際比較調査」

孤食



孤独



孤育て

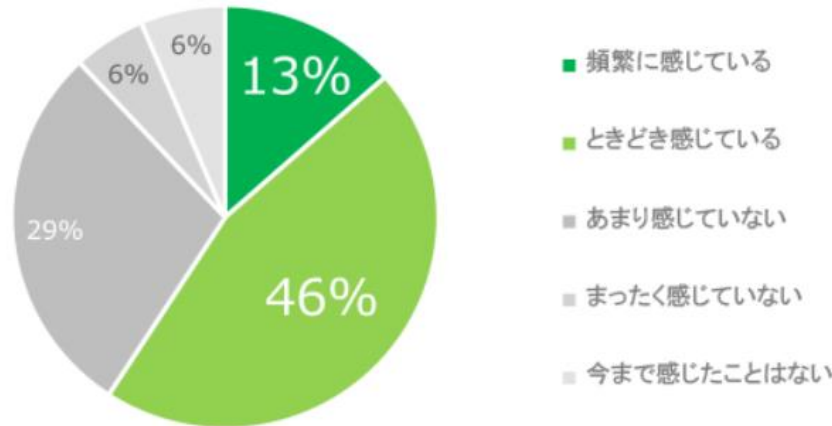


障がい者に冷たくない？

あなたは日常生活において、差別や偏見を受けたと感じる場面がありますか。

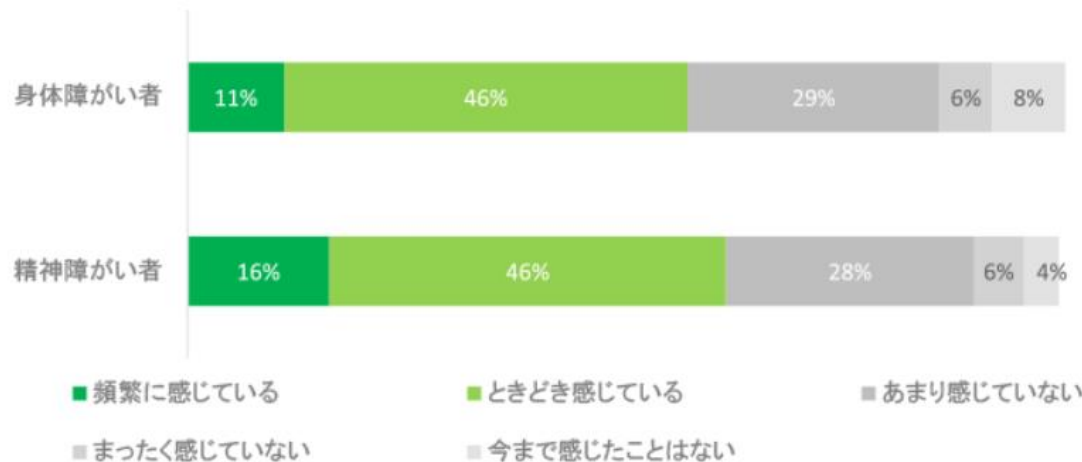
モヤモヤ
4

59%の
障害者が差別を
感じている



差別を感じる場所
職場 56%
公共交通機関 30%
インターネット 18%
施設利用 16%
学校 10%

<障がい別>



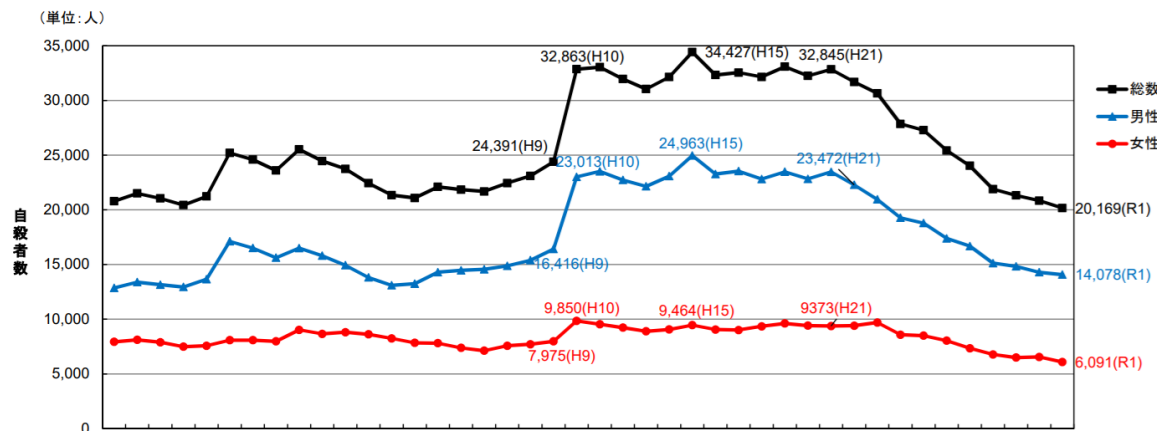
障がいはなくても 生きづらさを感じている



自殺者数の年次推移

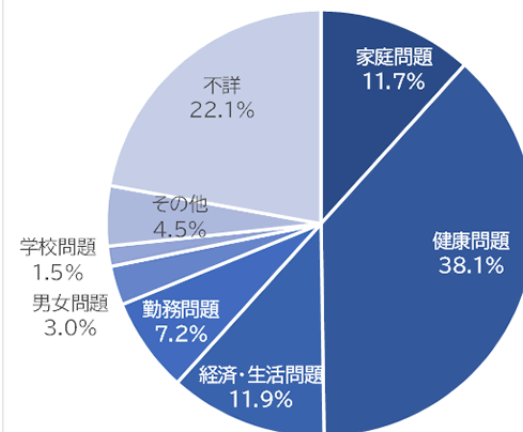
○令和元年の自殺者数は20,169人となり、対前年比671人（約3.2%）減。平成22年以降、10年連続の減少となり、昭和53年から始めた自殺統計で過去最少となっている。

○男女別にみると、男性は10年連続の減少となっている。また、男性の自殺者数は、女性の約2.3倍となっている。



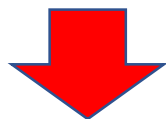
引用：令和2年厚生労働省自殺対策推進室

原因・動機別自殺者割合（全国）



出典：厚生労働省 地域における自殺の基礎資料

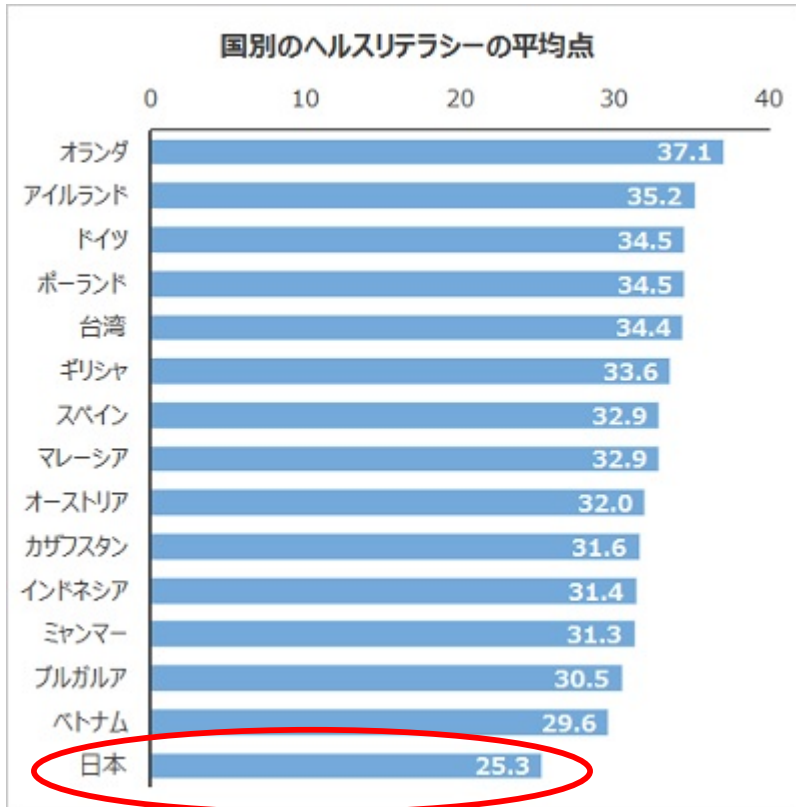
子どもから高齢者まで自殺未遂が後を絶たない



リハビリをしてもその後の社会復帰サポートが不足している



特に女性は育児や介護などで 自分の健康が後回しに



引用：健康を決める力

<https://www.healthliteracy.jp/kenkou/japan.html>

Functional / basic literacy

- 基本的な読み書き、理解する能力

Communicative/interactive literacy

- 情報を獲得できる能力

Critical literacy

- 情報を批判的に吟味して、自分の生活習慣の変化に活用できる能力

参考：総務省「健幸都市資料」

ヘルスリテラシーの低下
末期になってから病院へ運びこまれる方も多い



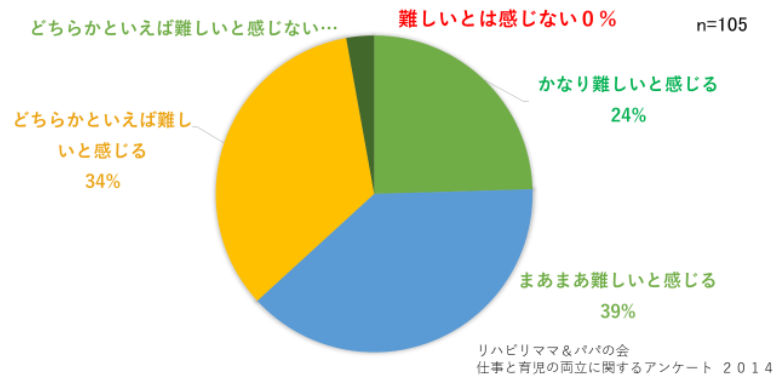


モヤモヤ 7

育児と仕事の両立がこんなに大変 じゃ子どもが増えるがわけない！

育児と仕事の両立が難しいと感じた事がありますか？

育児×仕事の壁



97%が育児と仕事の両立は難しいと感じている

自分自身のこと

職場・仕事のこと

家庭・家族のこと

- ・子どもの体調良時の調整
- ・家事の分担
- ・保育園、学童の送迎
- ・子どもの行事との調整
- ・家族の理解協力不足
- ・土日出勤の調整
- ・自分、家族の通院

- ・自分の時間がない
- ・体力的な負担
- ・子どもと過ごす時間が少ない
- ・勤務先が遠い
- ・患者さんへの精神的な負担 (迷惑をかけているのでは?)

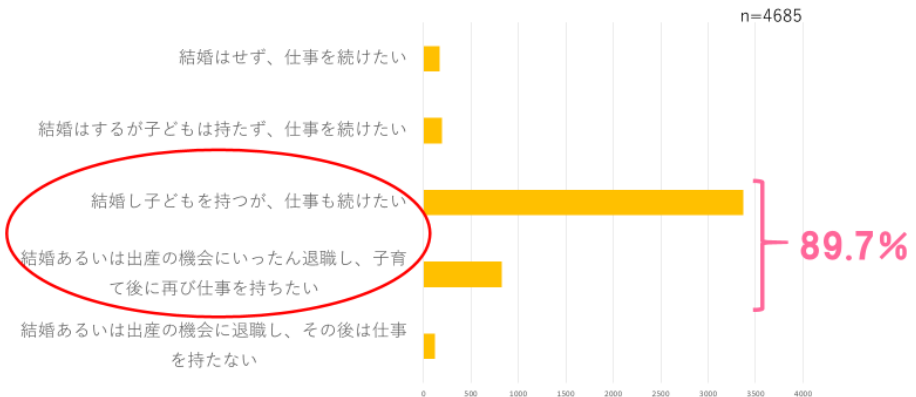
- ・時間外業務が出来ない
- ・研修会に参加出来ない
- ・生涯学習がしたくても出来ない
- ・有休、看休が取りづらい
- ・担当制のため急な休みに職場の対応が困難
- ・職場スタッフとのコミュニケーション不足
- ・職場での理解・協力サポートが得づらい
- ・生涯学習について情報が得られない



リハビリママ&パパの会
仕事と育児の両立に関するアンケート 2014



現在または予定しているライフコースは？



双子育児の壁

4児母

理学療法士
命の大切さ
医療と地域の壁
高齢者

母の鬱病
障がい

仲間の存在



伝えなければ
伝わらない！

もっと育児も介護も
みんなで支え合える
包含社会にしたい!!

リハビリママ＆パパの会
託児付き勉強会
育児×仕事の両立
ワークライフバランス

ReMind

=Rehabilitation Mind

= 思い起こす・思い出す

私たちが取り組みたいこと



内閣府地方創生
SDGs官民連携
プラットフォーム

埼玉県SDGs官民
連携プラットフォーム
登録会員

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

2030年に向けて
世界が合意した
「持続可能な開発目標」です



子ども 支援者

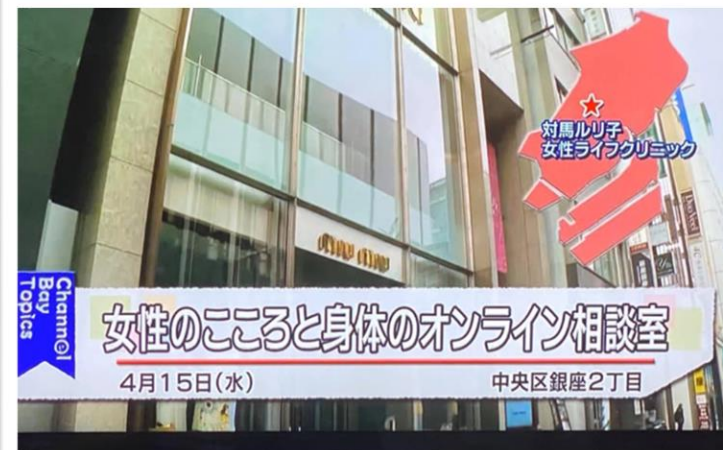
2019 ママのための町の保健室 ヘルシーカフェのら

- 母子産後トータルサポート会議
- 虐待ゼロ緊急会議
- 子ども虐待予防セミナー ポジティブディシプリン



2020 女性のこころと身体のオンライン相談室開催

日本思春期学会発表・日本女性財団と女性支援プラットフォーム構築



高齢者

2020 大宮ケアラーズカフェ支援 町の保健室

埼玉県 産業課支援アドバイザーより依頼
姿勢・栄養・嚥下・お金の話

健康・趣味・生甲斐
つながりを大切にした
地域の居場所♡



ReMind まちの保健室

免疫力アップ！ 冬の栄養×えんげ講座

日時：令和2年12月15日（火）14時～15時
会場：ケアラーズカフェデイトークのさか
内容：講座
①管理栄養士が提案する免疫力アップメニュー
②言語聴覚士から聞く…飲み込み・ムセのお話
③講座終了後、みんなでお話し会

※どなたでも参加可能です！
※申し込み不要。当日お気軽にお越しください！
※一品以上ご注文をお願いします。飲食は別途料金がかかります。

主催：NPO法人ReMind
連絡先：remind.pos@gmail.com

参加費 無料

2021 浦和 コミュニティサロン みんなの夢ハウス

今年5月よりアクティブシニア向け町の保健室

健康維持・介護予防



アクティブ シニア 健康づくり

令和3年度
埼玉県共助づくり課NPO活動推進
スタートアップ助成事業

まちの保健室

毎月第2第4金曜日 受付:13:30~
定員7名 予約制
参加費 200円 (1ドリンク、プチお菓子付き)

6月 25日

呼吸とヨガ

- 理学療法士
- ヨガについてお話しします。
- 大きな呼吸と一緒にしてみよう。

7月 9日

アドバンスケアプランニング
(人生会議)

- 医師
- 一緒に考えてみましょう。方がーの時、あなたはどのような意思やケアを望みますか？健康な今だからこそ考えましょう。

30日

フレイル予防

- 「フレイル」とは、筋力や心身の能力が低下し、介護が必要になるリスクが高い状態を指します。
- 健康運動指導士と予防に取り組みましょう

医療とつながるプチ講座を開催します。楽しく健康維持をヒントが見つかりますよ。専門職への相談もできます。

夢体操倶楽部

毎月第1第3金曜日 受付:10:30~
定員5名 予約制
参加費 200円 (1ドリンク、プチお菓子付き)

6月 18日 (金)

7月 2日 (金)

16日 (金)

いきいき100歳体操を中心に行います。筋力をつけ動きやすい体を作ること、いつまでも元気に暮らしましょう。継続が力。みんなでやるから続きます。私たちが見守り、サポートします。

申込先: みんなの夢ハウス
TEL: 070-8932-3510



ReMind まちの保健室 with みんなの夢ハウス

5月14日	体のづくり・姿勢	インフォメーション 代表 河合
5月28日	お薬相談会	薬剤師 辻さん
6月11日	免疫力アップ食	管理栄養士 小嶋さん
6月25日	ヨガと呼吸	理学療法士 山本さん
7月9日	フレイル予防	健康運動指導士 佐藤さん
7月30日	アドバンスケアプランニング	医師 諸岡さん
8月27日	認知症予防	理学療法士 須藤さん
9月10日	介護保険のキホンのキ	ケアマネージャー 松家さん
9月24日	フットケア講座	フットケアセラピスト 池田さん
10月8日	飲み込みと嚥下の相談室	言語聴覚士 佐々木さん
10月22日	相続・お金の相談室	ファイナンシャルプランナー石井さん
11月12日	ヨガと骨盤底トレーニング	理学療法士 田中さん
11月26日	お薬相談会	薬剤師 下沢さん
12月10日	眠れる体作り	理学療法士 菊池さん

アクティブ シニア 健康づくり

管理栄養士 小嶋さん



薬剤師 辻 鈴美さん



ReMindの多職種メンバーが地域へ飛び込みます♡



言語聴覚士 佐々木さん



健康運動指導士 佐藤さん

障がい者

まずは知らない→知っているへ





NPO法人ReMind設立記念イベント

包含社会を 創りたい!

NPO法人ReMind設立の記念として、基調講演・パネルディスカッションなどを通じて、私たちの設立の想いでもある、インクルーシブな【包含社会】についてご理解を深めることのできるイベントを開催します。

また、脳フェス/バンドによる演奏や交流会など、お楽しみいただける場にもなっております。

基調講演

**悩めるセラピストへ
〜リハ職の可能性を広げる〜**
文京学院大学副学長(理学療法士)
福井 勉 氏

パネルディスカッション



障がい者アート協会代表 障がい者の可能性を広げる
岡本 豊樹氏
(一社)障がい者アート協会代表理事



地域を守る認知症介護 ショッピングリハビリ
直井 誠氏
和が家介護グループ代表



助産師視点で子育て支援 もっとママをサポートを
並木 真智子氏
助産師、子育て支援者講師



片麻痺当事者 装具に合うオシャレな靴を開発販売
布施田 祥子氏
Mana'olana代表

【ファシリテーター】 友清 豊樹氏 (株)PT-OT-STNET代表取締役

交流会 参加者同士での交流を図れます。
ミニイベントもご用意しています。

★特別出演★
脳フェス/バンドSTROKERS
脳卒中経験者と聴覚障害者で結成された/フォークユニット
脳卒中になっても可能性は無限大であることを体現しています。

開催概要

【開催日時】 2019年6月16日(日)
13:00~18:00

【会場】 清水園 (さいたま市大宮区東町 2-204)

【参加費】 5,000円 (懇親会費・税込み)

【申込方法】 Ready for (下記QRコード参照)
からお申し込みください

【お問合せ】 特定非営利活動法人ReMind
(担当: 河合・近藤)
remind.pos@gmail.com



 Youtubeチャンネル開設！障がい者団体・当事者の声を聞く

YouTube Channel 毎週水曜・土曜配信

ReMindの楽屋

ゲスト
(株)luy代表取締役
布施田祥子さん

障がいと育児

自分で抱っこしたい♡

育児リハ！片手でオムツ替えの技

YouTube Channel 毎週水曜・土曜配信

ReMindの楽屋

(一社)アイズ代表
白井京子さん

かなみママ

代表まみー

障がい者アート協会 くまもと

(一社)障がい者アート協会代表
熊本豊敏さん

障がい者の自己表現の可能性♡

YouTube Channel 毎週水曜・土曜配信

ReMindの楽屋

ゲスト
(一社)脳フェス
実行委員会代表理事
理学療法士
小林 純也氏

脳卒中
当事者の想い

可能性は無限大！

脳フェスの原点！脳卒中×PT

働く人

対人支援職向け自己基盤講座



This is Me ! 2021 Produced by ReMind
自分らしさ&自己基盤講座

2021年4月17日(土)・5月15日(土)・6月19日(土)
13:00~15:00

ファシリテーター 河合麻美 (ReMind代表理事)
川崎志保 (国際コナグ 運営プロデューサー)
アシスタント 吉澤隆治 (ReMind副理事)

専門職 働き方支援 2019 - 2021

- 医療福祉専門職向け産後職場復帰プログラム制作
(株式会社ALTURAと協働リリース オンライン配信)
- 多様性のある職場づくりセミナー
(リハ専門職・臨床検査技師・診療放射線技師対象)
- キャリアデザイン・育児と仕事両立セミナー
(リハ専門職・音楽療法士・シングルマザー対象)
- 私たちのリアルを学ぶ「ジェンダーと格差」セミナー



本人の気持ちや環境を知ろう！
産後職場復帰プログラム

河合 麻美



私たちのリアルを学ぶ
ジェンダーと格差
流れを作り、新しい答えを生み出す

2021.3.27[SAT]
21:00-22:30
ZOOM Online

知臨 希氏
理学療法士・大学教員
お茶の水女子大学大学院
ジェンダー学専攻准教授

河合 麻美
NPO法人ReMind代表理事
リハビリママ＆パパの会代表
理学療法士

参加費 無料

誰も取り残さない包含社会に向けて 医療と地域をつなぐ



チームで
社会課題を
解決するNPO

ReMind正会員 アクティブメンバー 現在92名

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・看護師・薬剤師・管理栄養士・臨床心理士
医師・臨床検査技師・社会福祉士・介護福祉士・音楽療法士・鍼灸師・健康運動指導士・調理師
税理士・中小企業診断士・ファイナンシャルプランナー・経営コンサルタント・塾講師・元プロサッカー選手
支援団体運営者・アプリ開発・フットケアセラピスト・イラストレーター・ヨガ&ピラティスインストラクター・コーチ等

みんなをつなぐ・・・町の保健室付き 心のバリアフリーカフェ＆健康居酒屋が作りたい！

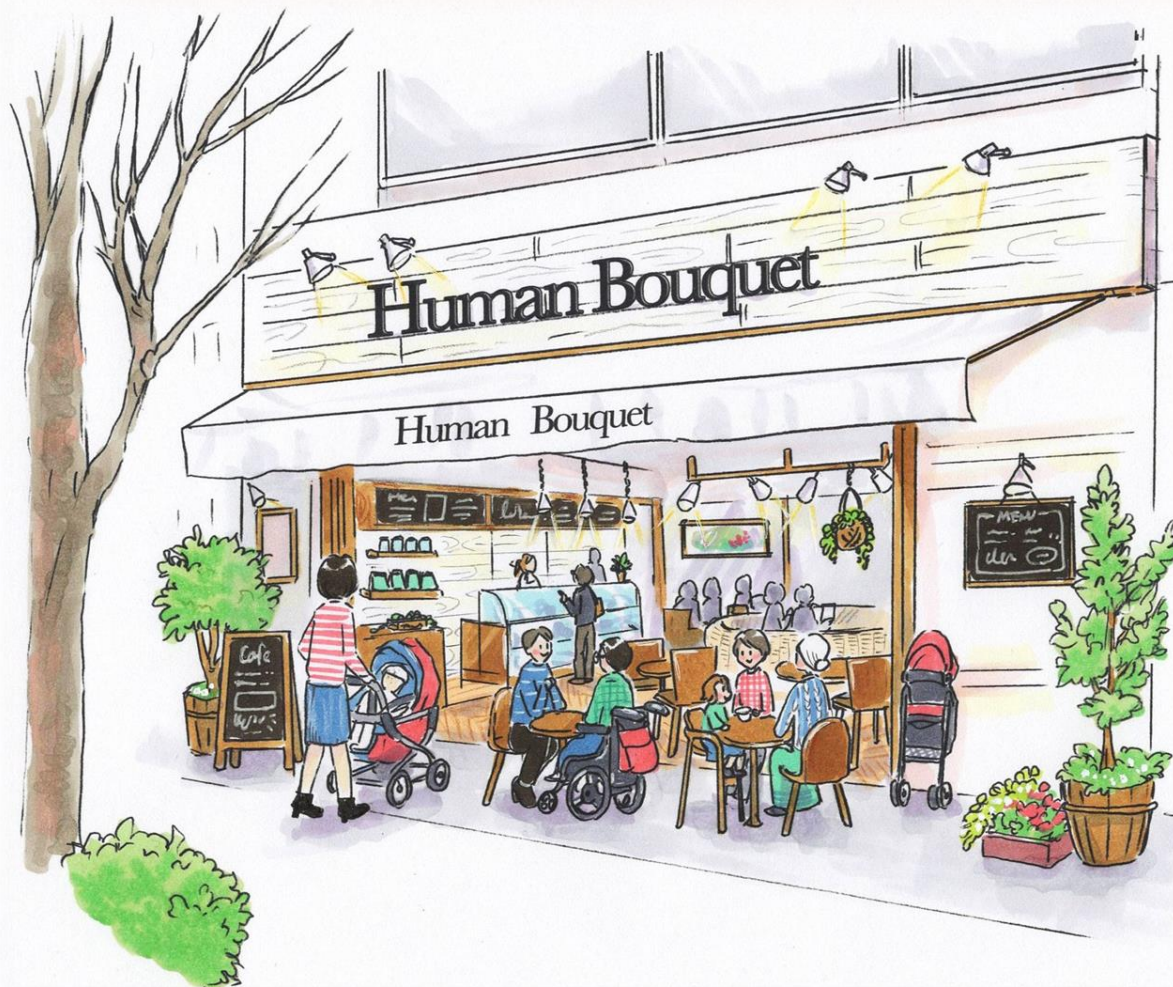


Illustration : Marisa Hanasaki



埼玉県主催 smileWomenピッチ2021
審査員特別賞

医療と地域をつなぐ オンライン健康居酒屋



毎月第3土曜日 21時～23時

オンライン健康居酒屋

Human Bouquet
Inclusive space

今夜は深呼吸～ 生きづらさ感じますか？

プチ講座：「つながりの大切さ 社会的処方」
救命医 諸岡真道さん

管理栄養士 小嶋さん監修 健康おつまみレシピ♥
理学療法士 山本さん 深呼吸体操付き♥

REMIN'S BAR

2021年8月21日(Sat)
21:00～23:00
ZOOM
¥500

気軽に心身の相談が出来る場所

Social Family ひとりじゃない

テーマ：

愛着形成・医療ケア児・社会的処方
グリーフケア・脳卒中・更年期障害・がん等

オンライン健康居酒屋

Human Bouquet
Inclusive space

脳卒中の可能性は無限大！
当事者&ケアラー&みんなで語ろう会

(一社)アイズ代表
いっちゃんのおさん
ケアラー
白井京子さん



GUEST



(一社)脳フェス代表
当事者&理学療法士
小林純也さん

REMIN'S
BAR

2021年11月20日(Sat)
21:00～23:00
ZOOM ¥500

管理栄養士 小嶋さん監修 健康おつまみレシピ付♥

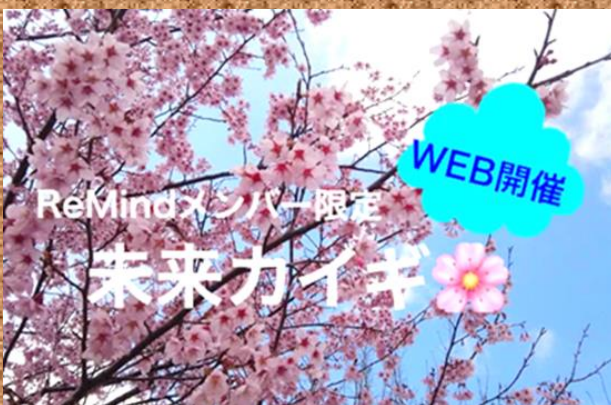
オンライン健康居酒屋での約束

- ・色んな思いがあってもいい。感じ方は人それぞれ
- ・自分と意見がちがっても否定はしない
- ・耳だけの参加・話さなくても大丈夫です
- ・本名でなくニックネーム参加もOK
- ・ここで聞いた皆さんの話はここだけの秘密に♥



NPO法人 ReMind





ReMind作戦会議
2021年4月10日(土)
21:00~ZOOM

浦和の保健室
at みんなの夢ハウス

Collaborate with ReMind

ReMind本拠地プロジェクト
ビジコン二次審査向けプレゼン プレ発表会

2020
SAITAMA Smile Women ピッチ

町の保健室機能付き
バリアフリーカフェ&健康居酒屋が作りたい!!

2020年10月9日(金)
21:30~ZOOM
オープン理事会として開催

プレゼン進行: NPO法人 ReMind
代表理事 河合麻美

みんなで創る ReMind活動

「未来カイギの未来」

“みんなちがってみんないい”
包含社会を創る

ReMind副代表理事 吉澤 隆治

KICK OFF
ONLINE SNACK
Produce by NPO ReMind

日時: 2021年2月13日(土) 19時~23時オープン
入室自由・長居歓迎
場所: ZOOMオンライン
参加者: ReMind正会員・賛助会員・協力者・理事
参加費: 無料
※隠れテーマ「普通」ってなんだ!?

アイデア募集! ReMindらしいサポートって何だろう?
ケアラズカフェサポートPJ
ブレスト&ミーティング

2020.9.5(土) 21:00~ZOOM

ReMind本拠地プロジェクト
ビジコン二次審査向けプレゼン プレ発表会

2020
SAITAMA Smile Women ピッチ

町の保健室機能付き
バリアフリーカフェ&健康居酒屋が作りたい!!

2020年10月9日(金)
21:30~ZOOM
オープン理事会として開催

プレゼン進行: NPO法人 ReMind
代表理事 河合麻美

REMIND
オンライン健康居酒屋
作戦カイギ

JUNE 24(TH.), 2021 | 9:30PM ONLINE | ZOOM

ReMind
未来カイギ
2020夏

2020年8月8日(土)
21:00~
ZOOMオンライン

ReMindアクティブメンバー勉強会&交流会

誰でもサッカーを
楽しめる居場所づくりを...

回復期を飛び
出したPTの
チャレンジ!

講師: 理学療法士 山本隆宣氏

リハビリ期間に於ける市民参加型活動の推進、市民
地域の方々のリハビリ・予防医療に従事。年齢、障
がいが関係なく、誰もが生涯サッカーを楽しみながら自
分らしく暮らせる場所づくりに活動中



2020年7月18日(土) 21時~

スポーツ管理栄養士ってどんな仕事?
子どもからアスリートまで栄養でサポート!



2020年8月21日(金) 21:00~
ZOOMにて開催

ReMindアクティブメンバー
公認スポーツ栄養士/管理栄養士
Plus N代表 小嶋理恵子さん



ReMindオンライン勉強会&交流会
デンマーク🇩🇰から学ぶ
幸せの在処

5/9

21:30~
@Zoom



講師 高野清司
ReMind正会員
介護福祉士
2019フォルケホイスゴーレ賞

メンバーの数だけ 社会課題と 事業がある

SDGsってなに?!
ReMindが出来ることは?



2020年12月18日(金)
21時~ZOOM開催

21:00~22:00 勉強会
講義&ディスカッション

22:00~23:00 ReMind忘年会

講師:
NPO法人ReMind理事 理学療法士
菊池友宏氏

ご参加お待ち
しています♪



ReMindオンライン勉強会&交流会

PTからFPへの転進!
その志とお金の話



講師 細川智也 さん
ファイナンシャルプランナー
元理学療法士

21:30~

2020年度ReMind総会

21:00~

2020年6月13日(土)

サイバーな縁で
まちの魅力を紡ぐ
作戦会議

アクティブメンバー友枝敦(ねこもん)さん企画

2021年9月10日(金)
21:00~23:00
ZOOM開催



REMIND
産後ケアを語る会

2021.6.14 | 9:30 PM
ZOOM Online



みんなちがって、みんないい

全ての命には価値がある

障がいがあってもなくてもそれぞれの個性を認め合い
共に繋がり誰も取り残さない笑顔溢れる包含社会
いつからだって始められる、やり直せる自分が主人公の人生

ReMindはみんなと一緒に歩いていきます。



特定非営利活動法人 ReMind